

# GUÍA DE RECURSOS

Para familias y cuidadores de niños  
de 0 a 5 años de edad



Al servicio de las siguientes comunidades:

***Glendale, Montrose, La Crescenta y La Cañada***

## INTRODUCCIÓN

Choose Health LA Kids es una asociación entre el Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles y veinte agencias financiadas de todo el condado de Ángeles que trabajan para reducir la obesidad infantil en niños de 0 a 5 años de edad. Las agencias de Choose Health LA Kids, financiadas por First 5 LA, incentivan a la comunidad a participar de una gran variedad de actividades, que incluyen visitas a supermercados, muestras de comidas y educación para los padres, y conectan los recursos comunitarios con las familias con hijos de 0 a 5 años de edad.

## AQUÍ ENCONTRARÁ LO SIGUIENTE:

La *Guía de recursos comunitarios para familias o cuidadores de niños de 0 a 5 años de edad* es una publicación detallada para el condado de Los Ángeles. Se divide en cinco secciones:

- Recursos de First 5 LA
- Recursos sobre nutrición y estilo de vida saludable
- Recursos para realizar actividad física
- Recursos gratuitos o de bajo costo para mujeres embarazadas o en período de posparto
- Recursos de servicios sociales y de salud

## ÍNDICE

### Recursos de First 5 LA PÁGS. 4-6

Apoyo perinatal y para padres	Vivienda
Salud dental	Atención temprana y educación
Asociación comunitaria <i>Best Start</i>	Servicios para la visión
Cobertura de salud y 211 LA County	Terapia de Interacción Padre-Niño
Nutrición y actividad física	

### Recursos sobre nutrición y estilo de vida saludable PÁGS. 7-9

Programa de nutrición suplementaria especial para mujeres, bebés y niños (WIC)	Mercado de agricultores
Programa Asistencia de Suplemento de Nutrición (Cal Fresh)	Jardines comunitarios
	Visitas a supermercados y muestras de comida
	Restaurantes Choose Health LA

### Recursos para realizar actividad física PÁGS. 10-15

Parques y centros recreativos	Senderos para caminatas o excursiones
Piletas comunitarias	YMCA/YWCA y otros gimnasios
Pistas de atletismo y canchas de tenis	Ligas deportivas para niños de 0 a 5 años de edad
Bici sendas	



Financiado por First 5 LA.

**Recursos gratuitos o de bajo costo para mujeres embarazadas o en período de posparto** \_\_\_\_\_ **PÁGS. 16-18**

Apoyo para la lactancia	Grupos de apoyo para padres y cuidadores
Hospitales que promueven la lactancia materna	Programa Healthy Families America

**Recursos de servicios sociales y de salud** \_\_\_\_\_ **PÁGS. 19-24**

Línea de ayuda e información del condado de Los Ángeles	Tratamiento del abuso de sustancias
Programa gratuito de cobertura de salud	Programas de asistencia a la comunidad
Servicios dentales de bajo costo	Vivienda
Atención prenatal y primaria o de urgencia	Choose Health LA Child Care



Financiado por First 5 LA.

# Recursos de First 5 LA



# RECURSOS DE FIRST 5 LA

## APOYO PERINATAL Y PARA PADRES

### *Círculos de padres del condado de Los Ángeles*

Información: (213) 482-5902

Sitio web:

<http://www.first5la.org/index.php?r=site/tag&id=692>

Ubicación: 750 North Alameda Street, Suite 300 Los Ángeles, CA 90012

Transporte: Tren, autobús

### *Programa Welcome Baby*

Información: (323) 260-5712

Sitio web:

<http://www.first5la.org/index.php?r=site/article&id=3086>

Ubicación: Varias. Llame para obtener más información.

### *Programa One Step Ahead o Little by Little*

Información: (323) 260-5712

Sitio web:

<http://www.first5la.org/index.php?r=site/article&id=3085>

Ubicación: Varias. Llame para obtener más información.

## SALUD DENTAL

### *Clínica*

Información: (323) 260-5712

Sitio web:

<http://www.first5la.org/index.php?r=site%2Fsearch&q=oral+health>

## ASOCIACIÓN COMUNITARIA BEST START

### *Metro LA Best Start*

Información: (213) 482-5902

Sitio web: [www.beststartla.org](http://www.beststartla.org)

Ubicación: 750 North Alameda Street, Suite 300 Los Ángeles, CA 90012

## COBERTURA DE SALUD Y 211 LA COUNTY

### *Plan Healthy Kids*

Información: (818) 548-7931

Sitio web:

<http://www.first5la.org/index.php?r=site%2Fsearch&q=Healthy+Kids>

### *211 LA County*

Teléfono: Marque 2-1-1.

Sitio web: <https://www.211la.org>

Horario: Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana

Idiomas: Para personas con problemas auditivos, inglés, español y otros 140 idiomas

Costo o seguro: Gratis para quienes reúnen los requisitos

Descripción: Remisiones confidenciales a servicios

## NUTRICIÓN Y ACTIVIDAD FÍSICA

### *Centro Recreativo Tot Parks*

Visite los sitios web de los parques:

<http://www.glendaleca.gov>

### *Mercado de agricultores de Montrose*

Contacto: Linda McMenamin (gerente)

Teléfono: (818) 646-2880

Sitio web: <http://shopmontrose.com/sunday-harvest-market-and-marketplace>

Ubicación: Honolulu y Ocean View Blvd.

Horario: Domingos, de 9:00 a. m. a 2:00 p. m.

Transporte: Ruta 33/34 y 91

### *Mercado de agricultores de Glendale*

Teléfono: (818) 476-0120

Sitio web:

<http://www.downtownglendale.com/dgmarket>

Ubicación: First Baptist Church Parking Lot 100 N. Brand Blvd. Glendale, CA 91203

Horario: Jueves, de 9:30 a. m. a 1:30 p. m.

Se acepta transferencia electrónica de beneficios (EBT)/Programa Asistencia de Suplemento de Nutrición (CalFresh).

### *Mercado de agricultores de La Cañada*

Teléfono: (818) 591-8161  
Correo electrónico: [info@rawinspiration.org](mailto:info@rawinspiration.org)  
Sitio web: [www.rawinspiration.org](http://www.rawinspiration.org)  
Ubicación: 1346 Foothill Blvd. La Cañada  
Flintridge, CA 91011  
Horario: Sábados, de 9:00 a. m. a 1:00 p. m.  
Transporte: Ruta 33/34  
Se acepta WIC.

## VIVIENDA

---

### *Agencia Pública de Vivienda del Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano*

Alquiler de viviendas para familias de bajos  
ingresos, ancianos y personas con  
discapacidades elegibles  
Teléfono: (818) 548-3936  
Dirección: 141 N. Glendale Ave. #202  
Glendale, CA 91206

## ATENCIÓN TEMPRANA Y EDUCACIÓN

---

### *Biblioteca Pública de Glendale*

Información: (818) 548-2020  
Sitio web: [www.ci.glendale.ca.us/library](http://www.ci.glendale.ca.us/library)  
Horario: Lunes y martes, de 10:00 a. m. a  
8:00 p. m.  
Viernes y sábados, de 10:00 a. m. a 6:00  
p. m.  
Domingos, de 1:00 p. m. a 5:00 p. m.  
Ubicación: 222 E Harvard St. Glendale,  
CA 91205  
Transporte: MTA

## SERVICIOS PARA LA VISIÓN

---

### *Programa de atención de la visión para niños*

Programa Infant SEE  
Glendale Family Optometry  
Ubicación: 413 E Glenoaks Blvd #B  
Glendale, CA 91207  
Dr. Ani Halabi Khroyan  
Sitio web: <http://www.infantsee.org/>

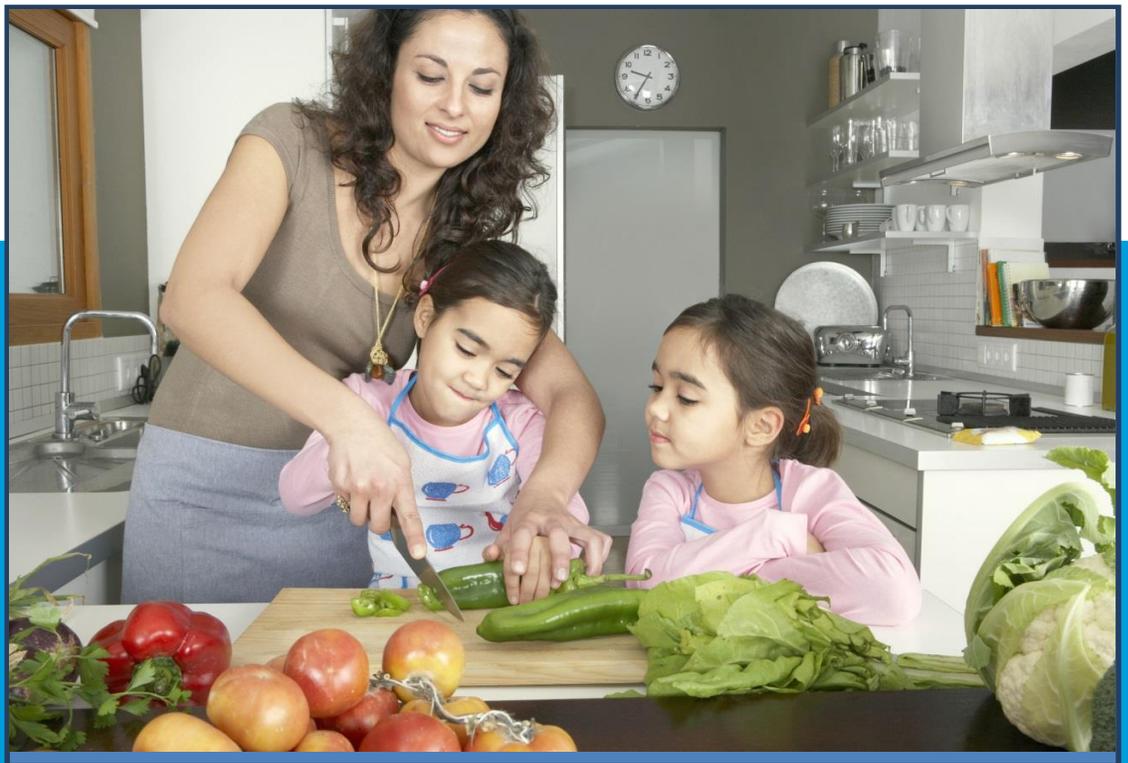
## TERAPIA DE INTERACTION PADRE- NIÑO

---

### *San Fernando Valley CMHC/East Valley Youth & Family Center*

Ubicación: 6305 Woodman Ave., Van Nuys,  
CA 91401  
Contacto: Michelle Wells  
Teléfono: (818) 908-4990  
Sitio Web: [http://www.first5la.org/Parent-  
Child-Interaction-Therapy](http://www.first5la.org/Parent-Child-Interaction-Therapy)

# Recursos sobre nutrición y estilo de vida saludable



# RECURSOS SOBRE NUTRICIÓN Y ESTILO DE VIDA SALUDABLE

## ***Programa de nutrición suplementaria especial para mujeres, bebés y niños (WIC)***

Descripción: Programa de nutrición suplementaria especial para mujeres, bebés y niños. Ofrece alimentos suplementarios, educación relacionada con la nutrición y remisiones a atención médica para mujeres de bajos ingresos que estén embarazadas, en período de posparto, en período de lactancia o no, y para sus hijos de hasta 5 años de edad.

Teléfono: (818) 361-7541 para programar una cita o (800) 313-4942

Dirección: 801 S. Chevy Chase Dr. #40  
Glendale, CA 91205

Sitio web:

[www.cdph.ca.gov/programs/wicworks](http://www.cdph.ca.gov/programs/wicworks)

Requisitos: Las mujeres embarazadas o en período de posparto, bebés o niños menores de 5 años deben cumplir con las pautas sobre ingresos que figuran en el sitio web.

## ***Programa Asistencia de Suplemento de Nutrición (CalFresh)***

Teléfono: (866) 613-3777

Línea de ayuda para participantes:  
(818) 701-8200 o (626) 569-1399

Sitio web: [www.calfresh.ca.gov](http://www.calfresh.ca.gov)

Dirección: 4680 San Fernando Rd. Glendale,  
CA 91204

Horario: De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a  
5:00 p. m.

## ***Health Care Foundation at Glendale Adventist Medical Center: programas Choose Health Los Angeles Kids (CHLAKids)***

Descripción: Promoción de la salud y educación relacionada con la salud para familias con niños de 0 a 5 años de edad, muestras de comidas saludables, clases de cocina y planificación de comidas, visitas a supermercados y a mercados de agricultores, actividades físicas divertidas

para la familia y con la colaboración de los padres.

Teléfono: (818) 409-8000 x 5870

Ubicación: Varias áreas en Glendale, La Cañada, La Crescenta y Montrose

## ***Mercado de agricultores de Montrose***

Contacto: Linda McMenamin (gerente)

Teléfono: (818) 646-2880

Sitio web: [www.shopmontrose.com/sunday-harvest-market-and-marketplace](http://www.shopmontrose.com/sunday-harvest-market-and-marketplace)

Ubicación: Honolulu y Ocean View Blvd.

Horario: Domingos, de 9:00 a. m. a 2:00 p. m.

Transporte: Ruta 33/34 y MTA 91

## ***Mercado de agricultores de Glendale***

Teléfono: (818) 476-0120

Sitio web:

[www.downtownglendale.com/dgmarket](http://www.downtownglendale.com/dgmarket)

Ubicación: First Baptist Church Parking Lot  
100 N. Brand Blvd. Glendale, CA 91203

Horario: Jueves, de 9:30 a. m. a 1:30 p. m.

Se acepta transferencia electrónica de beneficios (EBT)/Programa Asistencia de Suplemento de Nutrición (CalFresh).

## ***Mercado de agricultores de La Cañada***

Teléfono: (818) 591-8161

Correo electrónico: [info@rawinspiration.org](mailto:info@rawinspiration.org)

Sitio web: [www.rawinspiration.org](http://www.rawinspiration.org)

Ubicación: 1346 Foothill Blvd. La Cañada  
Flintridge, CA 91011

Horario: Sábados, de 9:00 a. m. a 1:00 p. m.

Transporte: Ruta 33/34 MTA

Se acepta WIC.

## ***Jardín comunitario Verdugo Park***

Dirección: 1621 Cañada Blvd. Glendale, CA  
91208

Teléfono: (818) 548-2184

## ***Jardín comunitario Palmer Park***

Dirección: 610 E. Palmer Ave. Glendale, CA  
91205

### **Jardín comunitario Monterey Road East**

Dirección: 870 Monterey Rd. Glendale, CA 91206

### **Jardín comunitario Monterey Road West**

Dirección: 827 Monterey Rd. Glendale, CA 91206

Para más información sobre jardines comunitarios y parques, visite [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov).

### **Programas de canastas de agricultores FarmBox**

Descripción: Productos de mercados de agricultores con reparto a domicilio

Teléfono: (888) 888-8590

Mensaje de texto: (310) 463-3546

Correo electrónico:

[farmboxla@farmboxla.com](mailto:farmboxla@farmboxla.com)

Sitio web: [www.farmbox.com](http://www.farmbox.com)

### **Programas de canastas de agricultores Farm Fresh to You**

Descripción: Productos orgánicos con reparto a domicilio (hogar y oficina)

Teléfono: (800) 796-6009

Sitio web: [www.farmfresh toyou.com](http://www.farmfresh toyou.com)

Horario: Lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 6:00 p. m.

### **Banco de alimentos: programa Meals on Wheels**

Teléfono: (818) 246-5586

Sitio web: [www.mowaa.org](http://www.mowaa.org)

Dirección: 320 N. Windsor Rd. Glendale, CA 91204

Horario: Lunes a viernes, de 10:00 a. m. a 1:30 p. m. y de 2:00 p. m. a 3:00 p. m.

### **Los Angeles Regional Food Bank (Banco Regional de Alimentos de Los Ángeles)**

Teléfono: (323) 234-3030

Sitio web:

<https://www.lafoodbank.org/get-help/pantry-locator/>

Dirección: Varias sucursales en todo Glendale

Horario: Varía según la sucursal

## **VISITAS A SUPERMERCADOS Y MUESTRAS DE COMIDAS**

### **Health Care Foundation at Glendale Adventist Medical Center: programas Choose Health Los Angeles Kids (CHLAKids)**

Descripción: Muestras de comidas saludables, clases de cocina y planificación de comidas, visitas a supermercados y mercados de agricultores.

Teléfono: (818) 409-8000 ext. 5858

Ubicación: Varias áreas en Glendale, La Cañada, La Crescenta y Montrose

En la última página de esta guía encontrará más información sobre CHLAKids.

## **RESTAURANTES CHOOSE HEALTH LA**

Para encontrar restaurantes Choose Health LA en su comunidad visite el siguiente sitio web:

[www.choosehealthla.com/eat-healthy/restaurants/](http://www.choosehealthla.com/eat-healthy/restaurants/)

El rango de precios es el costo aproximado por persona por una comida, que incluye una bebida, impuestos y propina.

\$ ..... menos de \$10

\$\$ ..... de \$11 a \$30

\$\$\$ ..... de \$31 a \$60

\$\$\$\$ ..... más de \$61

### **Restaurantes SUBWAY**

Teléfono: (818) 243-2500

Dirección: 1325 Glendale Galleria #A  
Glendale, CA 91210

Rango de precios: \$

Ubicación: 13 sucursales más en las áreas de Glendale, La Cañada y La Crescenta

Sitio web: [www.choosehealthla.com/eat-healthy/restaurants](http://www.choosehealthla.com/eat-healthy/restaurants)

# Recursos para realizar actividad física



# RECURSOS PARA REALIZAR ACTIVIDAD FÍSICA

## PARQUES Y CENTROS RECREATIVOS

### *Pacific Recreation and Community Center Park*

Teléfono: (818)-548-4098  
Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Horario: De 9:00 a. m. a 9:00 p. m.  
Instalaciones en interiores: Gimnasio para fines múltiples, laboratorio de computación, sala de artes y ciencia, sala de juegos, sala de conferencias y cinco salas para reuniones  
Instalaciones en exteriores: Cancha de baloncesto, campo de béisbol, área para pícnicos, terraza superior con mesas para pícnicos y sombrillas  
Instalaciones para caminar o trotar: No  
Accesibilidad: Acceso para discapacitados  
Iluminación de noche: Sí  
Clases: De lunes a jueves  
Ligas deportivas: Varios programas  
Inscripción: Llame al (818) 548-2184.  
Costo: Algunas clases son gratuitas. Llame para obtener más información.  
Ubicación: 501 S. Pacific Ave. Glendale, CA 91204  
Transporte: MTA

### *Maple Park*

Teléfono: (818) 548-3783  
Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Horario: De 9:00 a. m. a 9:00 p. m.  
Instalaciones en interiores: Dos salas para reuniones, cocina completa, laboratorio de computación, sala de recreación y gimnasio completo con cocina pequeña y terraza exterior  
Instalaciones en exteriores: Área de equipos para ejercicios, parque infantil y espacio verde  
Accesibilidad: Acceso para discapacitados  
Clases: Recreación infantil  
Lunes y miércoles, de 10:00 a. m. a 12:00 p. m.  
Inscripción: No necesita inscripción.  
Costo: Gratuito  
Inscríbase en línea para otras clases, en [www.parksonline.glendaleca.gov](http://www.parksonline.glendaleca.gov).

Ubicación: 820 E. Maple St. Glendale, CA 91205  
Transporte: MTA y  
Bee Line: (818) 548-3960

### *Dunsmore Park*

Teléfono: (818) 548-2752  
Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Horario: De 9:00 a. m. a 9:00 p. m.  
Instalaciones en interiores: Campo para jugar a la pelota, área de juegos para niños, edificio comunitario, área para pícnicos  
Instalaciones en exteriores: Canchas de tenis y piscina para niños  
Instalaciones para caminar o trotar: Sí  
Ubicación: 4700 Dunsmore Ave. La Crescenta, 91214

### *Emerald Isle Park*

Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Instalaciones: Cancha de baloncesto, área de juegos para niños, dos canchas de tenis y área para pícnicos  
Inscripción: En línea, en <https://parksonline.glendaleca.gov>  
Costo: Visite el sitio web para obtener más información.  
Ubicación: 2130 Lenore Dr. Glendale, CA 91206  
Transporte: MTA

### *Sparr Community Center*

Teléfono: (818) 548-2187  
Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Instalaciones: Comedor con escenario, salón de usos múltiples, sala de actividades y patio exterior con mesas y sillas  
Instalaciones para caminar o trotar: No  
Accesibilidad: Acceso para discapacitados  
Clases: Recreación infantil los martes, de 8:00 a. m. a 10:00 a. m.  
Inscripción: No necesita inscripción.  
Costo: Gratuito

Ubicación: 1613 Glencoe Way, Glendale,  
CA 91208  
Transporte: MTA y Bee Line: (818) 548-3960

### ***Fremont Park***

Teléfono: (818) 241-6022  
Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Instalaciones: Cancha de baloncesto, área de juegos para niños, cuatro canchas para herradura, áreas para pícnicos, ocho canchas de tenis, voleibol y piscina para niños  
Clases: Tenis juvenil  
Inscripción: (818) 548-2184  
Costo: \$75.000  
Ubicación: 600 Hahn Ave. Glendale, CA 91203  
Transporte: MTA y Bee Line: (818) 548-3960

### ***Verdugo Skate Park***

Teléfono: (818) 548-2786  
Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Instalaciones: Cinco áreas para pícnicos, campo de béisbol y de baloncesto  
Accesibilidad: Acceso para discapacitados  
Clases: Clases de patinaje  
Inscripción: En línea, en [www.parksonline.glendaleca.gov](http://www.parksonline.glendaleca.gov)  
Costo: \$100.00  
Ubicación: 1621 Cañada Blvd. Glendale, CA  
Transporte: MTA y Bee Line: (818) 548-3960

### ***Glorietta Park***

Teléfono: (818) 903-5049  
Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Instalaciones: Canchas de tenis  
Clases: Fútbol para adultos y niños, y otras clases disponibles  
Inscripción: (818) 548-2184  
Costo: \$95 por ocho clases, más cargo de \$15 para el equipo  
Ubicación: 2801 N. Verdugo Rd. Glendale, CA 91208  
Transporte: MTA

### ***Palmer Park***

Instalaciones: Dos áreas para pícnicos, parrillas y fregaderos  
Ubicación: 610 E. Palmer Ave. Glendale, CA 91205

### ***Lower Scholl***

Instalaciones: Dos áreas para pícnicos, dos parques infantiles y parrillas  
Ubicación: 2849 E. Glenoaks Blvd. Glendale, CA 91206

### ***Glendale Sports Complex***

Teléfono: (818) 548-6420  
Instalaciones: Dos canchas de fútbol, campos de béisbol, dos campos de sóftbol, edificio de concesión y sala de reuniones  
Ubicación: 2200 Fern Lane Glendale, CA 91208

### ***Deukmejian Wilderness Park***

Teléfono: (818) 548-2752  
Instalaciones: Área para pícnicos, anfiteatro y espacio verde  
Ubicación: 3429 Markridge Rd. Glendale, CA 91214

***Para obtener una lista completa de los parques, visite el siguiente sitio web:***

Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)

### ***Pacific Community Pool***

Teléfono: (818) 937-7442  
Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Horario: De lunes a jueves, clases de 25 minutos, 4 días por semana, de 9:00 a. m. a 4:00 p. m.  
Clases: Padres y niños (desde 6 meses hasta 3 años y medio de edad)  
Niveles 1 a 6 (desde 3 años y medio hasta 15 años de edad)  
Costo: Se encuentran disponibles clases privadas individuales con un costo de \$30 por niño, por 30 minutos.

Ubicación: 509 S. Pacific Ave. Glendale, CA 91204  
Transporte: MTA

## PISTAS DE ATLETISMO O CANCHAS DE TENIS

---

### *Canchas de tenis de los parques de la ciudad de Glendale*

Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Descripción: Canchas de tenis públicas en los parques de la ciudad  
Costo: Visite el sitio web para obtener más información.  
Ubicación: Maple Park, Fremont Park, Glorietta Park y Emerald Isle Park  
*Visite los parques para obtener más detalles.*  
Transporte: MTA

### *Pistas de atletismo y canchas de tenis del colegio universitario de Glendale*

Horario: De 5:00 p. m. a 10:00 p. m., todos los días excepto los martes y jueves  
Club de corredores: Donación de \$50 para usar la pista de atletismo durante un año calendario. Abierta todos los días, desde el amanecer hasta el atardecer.  
Descripción: Seis canchas públicas de tenis  
Iluminación de noche: No  
Costo: \$150 por seis meses; \$4.99 por mes para conectarse con otros jugadores de tenis  
Ubicación: 1835 E Mountain St, Glendale, CA 91208  
Transporte: MTA

## BICI SENDAS

---

### *Walk Bike Glendale*

Sitio web: [www.walkbikeglendale.wordpress.com](http://www.walkbikeglendale.wordpress.com)  
Horario: Visite el sitio web para obtener información sobre los próximos eventos y otros recursos para ciclistas.  
Descripciones: Walk Bike Glendale, una sucursal local de la asociación de ciclistas del condado de Los Ángeles

## SENDEROS PARA CAMINATAS O EXCURSIONES

---

### *Sendero para caminatas o excursiones*

Sitio web: [www.glendaleca.gov](http://www.glendaleca.gov)  
Horario: De 8:00 a. m. a 12:00 p. m.  
Descripciones: 5,034 acres de espacio natural abierto. Más de 30 millas de cortafuegos y 7.5 millas de senderos de vía única son utilizados por docenas, quizás cientos, de senderistas, corredores, paseadores de perros y ciclistas de montaña todos los días, en especial en Brand Park y Deukmejian Wilderness.  
Costo: Gratuito  
Ubicación: Deukmejian Wilderness Park (vea el calendario de eventos)  
Dunsmore Creek Trail: abierto  
LeMesnager Loop Trail: abierto  
Rim of the Valley Trail: abierto  
Crescenta View Trail: abierto  
Mountain Do Trail: abierto

## YMCA/YWCA Y OTROS GIMNASIOS

---

### *YMCA/YWCA: Foothills*

Teléfono: (818) 790-0123  
Sitio web: [www.ymcacc.org](http://www.ymcacc.org)  
Horario: De 5:00 a. m. a 10:00 p. m., de lunes a viernes  
Sábados: De 7:00 a. m. a 7:00 p. m. Visite el sitio web para ver el calendario de días festivos.  
Cuidado de niños: Sí  
Instalaciones: Centro de actividad física, sala de ejercicios cardiovasculares, gimnasio, piscina cubierta y más  
Clases: Campamentos durante el día, clases de natación, programas extraescolares y yoga  
Ligas deportivas: Baloncesto, fútbol y voleibol juveniles  
Inscripción: Visite el sitio web para obtener más información.  
Costo: Elija una categoría de membresía en el sitio web.  
Ubicación: 1930 Foothill Blvd.  
La Cañada Flintridge, CA 91011  
Transporte: MTA

## YMCA/YWCA: Glendale

Teléfono: (818) 240-4130  
Sitio web: [www.ymcacc.org](http://www.ymcacc.org)  
Horario: De 5:00 a. m. a 10:00 p. m., de lunes a viernes  
Cuidado de niños: Sí  
Instalaciones: Centro de actividad física, sala de ejercicios cardiovasculares, gimnasio y piscina cubierta  
Clases: Programas extraescolares  
Inscripción: Visite el sitio web para obtener más información.  
Costo: Elija una categoría de membresía en el sitio web.  
Ubicación: 140 N Louise St, Glendale, CA 91206  
Transporte: MTA

## LIGAS DEPORTIVAS PARA NIÑOS DE 0 A 5 AÑOS DE EDAD

### *KidZ Love Soccer*

Edades: De 2 a 5 años  
Descripción: El programa MiniKickers se centra en el desarrollo de niños de 2 a 5 años de edad.  
Inscripción: Visite el sitio web para obtener más información.  
Costo: \$95  
Sitio web: [www.kidzlovesoccer.com](http://www.kidzlovesoccer.com)  
Programa: Desde el jueves 26 de marzo hasta el 14 de mayo de 2015  
Precio por equipo: \$15 por jugador pagadero a Challenger Sports

## LIGAS DEPORTIVAS PARA NIÑOS DE 0 A 5 AÑOS DE EDAD

### *Ligas de fútbol de AYSO para niños menores de 5 años (Jamboree)*

Edades: Visite el sitio web para obtener más información.  
Sitio web: [www.ayso88.org/](http://www.ayso88.org/)  
Descripción: El programa AYSO les brinda a los niños una experiencia futbolística de calidad y les enseña a los jugadores más pequeños las reglas básicas del fútbol, sin las presiones que tiene este deporte cuando lo juegan los adultos.

Inscripción: Obtenga información en línea.  
Costo: Inscripción antes del 19 de abril: \$100; después del 19 de abril: \$120  
Programa: 4 series de juegos de 5 minutos

## ESPACIOS DE USO COMPARTIDO

### *Casa Adobe de San Rafael*

Teléfono: (818) 246-3634  
Edades: Todas las edades  
Descripción: Área para picnics, patio de ladrillos y espacio verde  
Inscripción: Complete una solicitud de permiso de ingreso a la instalación.  
Costo: El personal se comunicará con usted para informarle sobre la disponibilidad y los precios.  
Ubicación: 1330 Dorothy Dr. Glendale, CA 91202

### *Verdugo Adobe*

Teléfono: (818) 548-2752  
Edades: Todas las edades  
Descripción: Mesa para picnics y entorno natural  
Inscripción: Complete una solicitud de permiso de ingreso a la instalación.  
Costo: El personal se comunicará con usted para informarle sobre la disponibilidad y los precios.  
Ubicación: 2211 Bonita Dr. Glendale, CA 91208

### *Auditorio cívico*

Teléfono: (818) 548-2787  
Descripción: Escenario de dos niveles, salas de conferencia, camarines, cocina en ambos niveles, estacionamiento, sistema de sonido, sillas, mesas y equipo audiovisual  
Inscripción: Complete el formulario de solicitud de reserva del auditorio cívico, preséntelo en el centro previo acuerdo y comuníquese con el encargado de la instalación para terminar todos los requisitos del permiso.  
Costo: El personal del auditorio se comunicará con usted para informarle sobre la disponibilidad y los precios.  
Ubicación: 1401 N. Verdugo Rd. Glendale, CA 91208

# **Recursos gratuitos o de bajo costo para mujeres embarazadas o en período de posparto**



# RECURSOS GRATUITOS O DE BAJO COSTO PARA MUJERES EMBARAZADAS O EN PERÍODO DE POSPARTO

## APOYO PARA LA LACTANCIA

### *Directorio de recursos para la lactancia*

Sitio web: [www.breastfeedla.org/resource-directory/](http://www.breastfeedla.org/resource-directory/)

### *Línea de ayuda La Leche League*

*(disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana)*

877-4-LALECHE (877-452-5324)  
[www.breastfeedinghelpline.com](http://www.breastfeedinghelpline.com)

### *Línea de ayuda para la lactancia del WIC*

Teléfono: (818) 837-6349

Costo: Gratuito

Horario: De 8:00 a. m. a 5:00 p. m., de lunes a viernes

Idiomas: Inglés, español, armenio y otros idiomas, según se necesiten

Descripción: Apoyo para la lactancia ofrecido por educadores certificados en lactancia y asesores en lactancia

### *Apoyo para la lactancia del WIC:*

Inscripción: (818) 837-6349. Para programar una cita, llame al (818) 361-7541 o al número gratuito (800) 313-4942.

Sitio web: [www.wicworks.ca.gov](http://www.wicworks.ca.gov)

Costo o seguro: Gratis para quienes reúnen los requisitos

Horario: Llame para obtener más información.

Idiomas: Inglés, español, armenio y otros idiomas, según se necesiten

Ubicación: 801 S. Chevy Chase Dr. Glendale, CA 91205

### *Glendale Memorial Hospital*

#### *Clínica de lactancia*

Teléfono: (818) 507-4191

Sitio web: <http://www.dignityhealth.org/>

Consulte las clases y eventos para futuras madres.

Costo o seguro: Llame para obtener más información.

Remisión: No se requiere

Servicios: Visitas a las salas de maternidad

Clases: Parto, lactancia, uso seguro de los asientos para bebés, reanimación cardiopulmonar infantil y grupo de apoyo para la lactancia

Horario: Visite el sitio web para ver el calendario de eventos.

Idiomas: Inglés y español

### *Clases de lactancia*

#### *Bellies, Babies & Bosoms*

Citas: (818) 541-1200

Sitio web: [www.bellies.biz](http://www.bellies.biz)

Costo o seguro: Visite el sitio web para obtener más información.

Descripción: Clases de lactancia prenatales y posparto

Remisión: No se requiere

Horario: Disponible los fines de semana y por las tardes

Idiomas: Inglés, español y japonés

Ubicación: 2430 Honolulu Ave. Montrose, CA 91020

### *Programa de Educación Familiar del USC Verdugo Hills Hospital*

Citas: Comuníquese con Terri Rice al (818) 952-2272.

Sitio web: [www.uscvhh.org/classes-events/family-education](http://www.uscvhh.org/classes-events/family-education)

Costo o seguro: Visite el sitio web para obtener más información.

Remisión: No se requiere

Horario: Visite el sitio web para consultar las clases y los eventos.

Ubicación: 1812 Verdugo Blvd. Glendale, CA 91208

## Glendale Adventist Medical Center

### Clases de lactancia

Citas: Se requiere confirmación de asistencia.  
Llame al (818) 409-8100.

Sitio web:

[www.adventisthealth.org/glendale/event/breastfeeding-basics](http://www.adventisthealth.org/glendale/event/breastfeeding-basics)

Información básica sobre el cuidado de bebés

[www.adventisthealth.org/glendale/event/baby-care-basics-glendale](http://www.adventisthealth.org/glendale/event/baby-care-basics-glendale)

Costo/seguro: \$30 por clase

Remisión: No se requiere

Horario: Domingos, de 10:00 a. m. a 12:00 p. m.

Información básica sobre los bebés: De

12:30 p. m. a 2:30 p. m.

Idiomas: Inglés, español

Ubicación: 1509 Wilson Terrace Glendale, CA 91206

## USC Verdugo Hills Hospital

### Grupos de apoyo para la lactancia

Inscripción: Citas: Comuníquese con Teri Rice al (818) 952-2272.

Sitio web: [www.uscvhh.org](http://www.uscvhh.org)

## HOSPITALES QUE PROMUEVEN LA LACTANCIA MATERNA

*Para encontrar centros que promueven la lactancia materna financiados por First 5 LA en el condado de Los Ángeles, visite [www.first5la.org/index.php?r=site/article&id=3059](http://www.first5la.org/index.php?r=site/article&id=3059). Para obtener una lista completa de los centros que promueven la lactancia materna en los Estados Unidos, visite <https://www.babyfriendlyusa.org/find-facilities>.*

## GRUPOS DE APOYO PARA PADRES Y CUIDADORES INFANTILES

*Para obtener asistencia inmediata:* Línea directa nacional para casos de depresión perinatal y posparto (disponible las 24 horas, los 7 días de la semana): 800-773-6667 o 800-PPD-MOMS

## PROGRAMA HEALTHY FAMILIES AMERICA (FAMILIAS SANAS DE AMÉRICA)

### *Healthy Families America*

*Es un programa de Prevent Child Abuse America (prevención del abuso infantil en América) que trabaja para brindarles a todos los nuevos y futuros padres la oportunidad de recibir la educación y el apoyo que necesitan para cuando nazca el bebé.*

Visite el siguiente sitio web para obtener más información:

<http://www.healthyfamiliesamerica.org/>

# Recursos de servicios sociales y de salud



# RECURSOS DE SERVICIOS SOCIALES Y DE SALUD

## LÍNEA DE AYUDA E INFORMACIÓN DEL CONDADO DE LOS ÁNGELES 211 LA COUNTY

**Teléfono: Marque 2-1-1.**

Directorio en línea: [www.211la.org/](http://www.211la.org/)  
Costo: Gratuito  
Horario: Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana  
Idiomas: Para personas con problemas auditivos, inglés, español y otros 140 idiomas  
Costo o seguro: Gratis para quienes reúnen los requisitos  
Descripción: Remisiones confidenciales a servicios

## PROGRAMA GRATUITO DE COBERTURA DE SALUD

**Healthy Way LA**

Teléfono: 1 (877) 333-4952  
Sitio web: <http://ladhs.org/hwla>  
Costo: Gratis para quienes reúnen los requisitos  
Horario: Disponible las 24 horas del día, los 7 días de la semana  
Edades: De 19 a 64  
Requisitos: Debe ser residente del condado de Los Ángeles y no tener seguro.  
Descripción: Base de datos de proveedores, médicos clínicos, hospitales y opciones de cobertura de seguro

**Medi-Cal**

Teléfono: (818) 546-6200  
Glendale, distrito 2  
Dirección: 4680 San Fernando Rd. Glendale, CA 91204  
Costo: Gratis para quienes reúnen los requisitos  
Requisitos: Debe ser residente del condado de Los Ángeles.

## SERVICIOS DENTALES DE BAJO COSTO

**Glendale Healthy Kids**

Teléfono: (818) 548-7931  
Dirección: 735 E. Lexington Dr., Glendale, CA 91206  
Sitio web: [www.glendalehealthykids.org/contact-us](http://www.glendalehealthykids.org/contact-us)

Descripción: Programa de remisión en la escuela, servicios de la clínica dental móvil de la Universidad del Sur de California, programa de educación dental, programa de sellador dental y remisiones a servicios médicos y dentales.

**Kids Dental Place**

Información: (818) 244-5052  
Sitio web: [www.kidsdentalplace.com](http://www.kidsdentalplace.com)  
Horario: De 9:00 a. m. a 6:00 p. m.  
Ubicación: 418 E. Glenoaks Blvd. #202 Glendale, CA

**Dr. Peter S. Suh, DMD**

Información: (818) 790-5959  
Sitio web: [www.pediatricdentistryla.com](http://www.pediatricdentistryla.com)  
Horario: De 9:00 a. m. a 5:00 p. m.  
Ubicación: 1346 Foothill Blvd. #305 La Cañada Flintridge, CA 91011

## PLANIFICACIÓN FAMILIAR GRATUITA O DE BAJO COSTO

**Planned Parenthood**

Para obtener más información, visite <http://www.plannedparenthood.org/health-center/findCenter.asp?z=91012&s>

**Encuentre una clínica de planificación familiar cercana:**

Sitio web: [www.hhs.gov/opa/](http://www.hhs.gov/opa/)  
Español: [www.hhs.gov/opa/espanol/index.html](http://www.hhs.gov/opa/espanol/index.html)

## ATENCIÓN PRENATAL Y PRIMARIA O DE URGENCIA

Encuentre una clínica de atención médica o dental cercana:

Departamento de Servicios de Salud del Condado de Los Ángeles

Clínicas/atención de urgencia:

[www.dhs.lacounty.gov/wps/portal/dhs/locations/](http://www.dhs.lacounty.gov/wps/portal/dhs/locations/)

Administración de Servicios y Recursos de Salud de los Estados Unidos, Centros de salud aprobados por el gobierno federal (FQHC)

<http://findahealthcenter.hrsa.gov/>

Community Clinic Association of LA County

[www.ccalac.org](http://www.ccalac.org)

Haga clic en la pestaña "Find a Clinic" (Encontrar una clínica).

Clínicas dentales privadas y públicas gratuitas o de bajo costo:

Sitio web:

[www.publichealth.lacounty.gov/ohp/ppplists.htm](http://www.publichealth.lacounty.gov/ohp/ppplists.htm)

### *Rapid Care Urgent Care*

Teléfono: (818) 265-2200

Dirección: 801 S. Chevy Chase Dr. #105  
Glendale, CA 91205

Horario: De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.

Sábados y domingos, de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.

(No es necesario programar una cita).

### *Montrose Urgent Care*

Teléfono: (818) 249-9454

Dirección: 1975 Verdugo Blvd. La Cañada  
Flintridge, CA 91011

Horario: De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.

Sábados y domingos de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.

(No es necesario programar una cita).

### *Verdugo Hills Medical Associates*

Teléfono: (818) 241-4331

Dirección: 544 N. Glendale Ave. Glendale,  
CA 91206

Horario: Lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 8:30 p. m.

Sábados y domingos, de 9:00 a. m. a 5:30 p. m.

Días festivos, de 9:00 a. m. a 5:30 p. m.

### *Urgent 9 Urgent Care Center*

Teléfono: (818) 641-5402

Dirección: 1000 N. Central Ave. #140  
Glendale, CA 91202

Horario: De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a 8:00 p. m.

Sábados y domingos, de 10:00 a. m. a 5:00 p. m.

### *Glenoaks Urgent Care*

Teléfono: (818) 242-3333

Dirección: 1100 W. Glenoaks Blvd. Glendale,  
CA 91202

Horario: Lunes a viernes, de 9:00 a. m. a 8:00 p. m.

Sábados y domingos, de 9:00 a. m. a 5:00 p. m.

### *All for Health, Health for All*

Descripción: Prestación de servicios sociales y de atención médica primaria a residentes desatendidos que se encuentran en Glendale y en las comunidades de los alrededores.

### *Clínica de medicina general*

Teléfono: (818) 409-3020

Dirección: 519 E. Broadway Glendale, CA  
91205

Teléfono: (818) 549-8800

Dirección: 520 E. Broadway #101 Glendale,  
CA 91205

Teléfono: (818) 241-1500

Dirección: 437 S. Pacific Ave. Glendale, CA  
91204

### **Centro pediátrico**

Teléfono: (818) 839-4160  
Dirección: 1030 Glendale Ave. #307  
Glendale, CA 91205

### **Glendale Health Center**

Teléfono: (818) 500-5785  
Dirección: 501 N. Glendale Ave. Glendale,  
CA 91206  
Horario: De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a  
5:00 p. m.

### **Comprehensive Community Health Centers**

Teléfono: (818) 265-2264  
Sitio web: <http://www.cchccenters.org/>

Dirección: 801 S. Chevy Chase Dr. #20  
Glendale, CA 9120

## **ATENCIÓN DE SALUD MENTAL GRATUITA O DE BAJO COSTO**

**Para obtener asistencia inmediata:** Línea  
directa nacional para casos de depresión  
perinatal y posparto (disponible las 24  
horas, los 7 días de la semana):  
800-773-6667 o 800-PPD-MOMS

### **Encuentre una clínica o centro de atención de urgencia:**

Asistencia telefónica del centro ACCESS del  
condado de Los Ángeles  
800-854-7771 (disponible las 24 horas,  
los 7 días de la semana)  
<http://dmh.lacounty.gov/wps/portal/dmh>

### **Clínica de salud mental de All for Health, Health for All**

Teléfono: (818) 839-4010  
Dirección: 141 S. Cedar Glendale, CA 91205

### **Glendale Adventist Medical Center**

Teléfono: (818) 409-8027  
Dirección: 1509 Wilson Terrace Glendale, CA  
91206  
Clasificación: Pacientes internados  
Grupo etario: Adultos

### **Pacific Clinics: programa HYE Wrap**

Teléfono: (818) 547-9544  
Dirección: 237 N. Central Ave. #C Glendale,  
CA 91203  
Clasificación: Pacientes ambulatorios  
Grupo etario: Jóvenes

### **Glen Roberts Child Study Center**

Teléfono: (818) 244-0222  
Dirección: 1530 E. Colorado St. Glendale, CA  
91205  
Clasificación: Pacientes ambulatorios  
Grupo etario: Niños y jóvenes

### **Didi Hirsch Mental Health Services**

Teléfono: (818) 244-7257  
Dirección: 1540 E. Colorado St. Glendale, CA  
91205  
Clasificación: Pacientes ambulatorios  
Grupo etario: Niños, jóvenes, adultos y  
adultos mayores

## **TRATAMIENTO DEL ABUSO DE SUSTANCIAS**

### **Ayuda para dejar de fumar: línea de ayuda para los fumadores de California**

Inglés: 800-NO-BUTTS (800-662-8887)  
Español: 800-45-NO-FUME (800-456-6386)  
Línea para personas sordas o con  
dificultades de audición: 800-933-4TDD  
(800-933-4833)

Consulte por los siguientes idiomas:  
Mandarín, cantonés, vietnamita y  
coriano

Sitio web:  
[www.californiasmokershelpline.org](http://www.californiasmokershelpline.org)  
o sitio web del condado de Los Ángeles:  
<http://www.laquits.com>

Costo: Gratuito

***Programa para dejar de fumar del  
Glendale Adventist Medical  
Center***

Descripción: Clases para dejar de fumar  
Contacto: Martha Rivera (se habla español)  
Teléfono: (818) 409-8000 ext. 5860  
Dirección: 1509 Wilson Terrace Glendale, CA  
91206  
Sitio web:  
<http://www.glendaleadventist.com/quit-smoking>

***Tratamiento para el consumo de drogas  
y alcohol***

Remisiones para el tratamiento:  
800-564-6600  
<http://www.publichealth.lacounty.gov/sapc/>

***Centros para el tratamiento del abuso de  
drogas***

Teléfono: 1 (888) 430-5053  
Sitio web: [www.drug-abuse-treatment.org](http://www.drug-abuse-treatment.org)  
(Buscar ubicación: Glendale)

***Western Pacific Med Corp***

Descripción: Centro de rehabilitación del  
abuso de drogas y alcohol que ofrece  
servicios de tratamiento con narcóticos  
basado en pruebas para toda persona  
que reúna los requisitos y busque dichos  
servicios.

Teléfono: (818) 240-8843  
Dirección: 4628 San Fernando Rd. Glendale,  
CA 91204  
Sitio web: [www.westpacmed.com](http://www.westpacmed.com)  
Opciones de pago: Medicaid, seguro de  
salud privado, autopago, escala de  
tarifas variables y asistencia para el  
pago

***Glendale Adventist Alcohol-Drug Services***

Descripción: Glendale Adventist Alcohol-Drug  
Services (GAADS) es un programa de  
recuperación para la adicción al alcohol  
y a las drogas que ofrece esperanza y

cura a personas que sufren esta  
adicción.

Teléfono: (818) 242-3116  
Dirección: 335 Mission Rd. Glendale, CA  
91205  
Sitio web:  
[www.glendaleadventist.com/gaads](http://www.glendaleadventist.com/gaads)

**PROGRAMAS DE ASISTENCIA A LA  
COMUNIDAD**

***Programa de nutrición suplementaria  
especial para mujeres, bebés y niños  
(WIC)***

Descripción: Programa de nutrición  
suplementaria especial para mujeres,  
bebés y niños. Ofrece alimentos  
suplementarios, educación relacionada  
con la nutrición y remisiones a atención  
médica para mujeres de bajos ingresos  
que estén embarazadas, en período de  
posparto, en período de lactancia o no, y  
para sus hijos de hasta 5 años de edad.

Teléfono: (818) 361-7541 para programar  
una cita o (800) 313-4942

Dirección: 801 S. Chevy Chase Dr. #40  
Glendale, CA 91205

Sitio web:  
[www.cdph.ca.gov/programs/wicworks](http://www.cdph.ca.gov/programs/wicworks)

Requisitos: Las mujeres embarazadas o en  
período de posparto, bebés o niños  
menores de 5 años deben cumplir con  
las pautas sobre ingresos que figuran en  
el sitio web.

***Programa Asistencia de Suplemento de  
Nutrición (CalFresh)***

Teléfono: (866) 613-3777  
Línea de ayuda para participantes: (818)  
701-8200 o (626) 569-1399

Sitio web: [www.calfresh.ca.gov](http://www.calfresh.ca.gov)  
Dirección: 4680 San Fernando Rd. Glendale,  
CA 91204  
Horario: De lunes a viernes, de 8:00 a. m. a  
5:00 p. m.

### **Programa Healthy Start**

**Descripción:** La misión del programa Healthy Start de Glendale es mejorar la calidad de vida de los estudiantes y de las familias necesitadas al brindarles apoyo social, emocional, académico y ayudar a las familias a obtener las necesidades básicas, como comida, calzado, pases o cupones para el autobús. Algunos de los servicios que se han ofrecido son los siguientes: atención de salud mental, clases particulares, transporte, útiles escolares, juguetes, libros, mochilas, viviendas, clases para padres, calzado, ayuda para buscar empleo y para postularse a varios programas en toda la ciudad de Glendale.

**Ubicación:** Healthy Start Family Resource Center 223 N. Jackson Street Room 101 Glendale, CA 91206

**Sitio web:** [www.gusd.net/Page/347](http://www.gusd.net/Page/347)

**Teléfono:** (818) 241-3111

## **VIVIENDA**

---

### **Agencia Pública de Vivienda del Departamento de Vivienda y Desarrollo Urbano**

Alquiler de viviendas para familias de bajos ingresos, ancianos y personas con discapacidades elegibles

**Teléfono:** (818) 548-3936

**Dirección:** 141 N. Glendale Ave. #202  
Glendale, CA 91206

### **Ascencia**

**Descripción:** Ofrece vivienda y servicios para personas y familias sin hogar.

**Dirección:** 437 Fernando Ct. Glendale, CA 91204

**Sitio web:** [www.ascenciaca.org](http://www.ascenciaca.org)

**Teléfono:** (818) 246-7900

## **RECURSOS DE FIRST 5 LA**

---

### **Programa Welcome Baby**

Si desea obtener información, visite el siguiente sitio web:

<http://www.first5la.org>

## **CHOOSE HEALTH LA CHILD CARE**

---

### **Choose Health LA Child Care (CHLA Child Care)**

**Información general:** CHLA Child Care apoya el crecimiento y el desarrollo saludables de los niños al mejorar la nutrición y el entorno físico de los centros de atención para niños. CHLA Child Care trabaja con proveedores de atención de niños, eventos para padres y niños e información y herramientas para todos. Si desea obtener más información, llame al 1-888-92-CHILD o visite <http://www.ccala.net>.

**LIMITACIÓN DE RESPONSABILIDAD:** EL DEPARTAMENTO DE SERVICIOS COMUNITARIOS DE PARQUES Y EL PROGRAMA DE SERVICIOS FAMILIARES DE JÓVENES DE LA CIUDAD DE GLENDALE, GLENDALE ADVENTIST MEDICAL CENTER Y EL PROGRAMA CHLAKIDS SE DESLIGA DE CUALQUIER RESPONSABILIDAD A CUALQUIER PERSONA POR PERDIDA O DAÑO CAUSADO POR CUALQUIER RECURSO O LA REFERENCIA SI EL DAÑO FUE CAUSADO POR NEGLIGENCIA O ACCIDENTE, UNA REFERENCIA NO CONSTITUYE UNA APROBACIÓN O CERTIFICACIÓN NI ENDORSO DE LOS SERVICIOS DE UN PROGRAMA.

## AGRADECIMIENTOS

Esta guía de recursos comunitarios fue desarrollada para usted por:



Health Care Foundation at Glendale Adventist Medical Center

Choose Health LA Kids

[www.adventisthealth.org/glendale](http://www.adventisthealth.org/glendale)

Contacto:

Alicia Tamayac Herrera

Profesional de elegibilidad

(818) 409-8000 x 5858

Martha Rivera

(818) 409-8000 x 5860

O envíe un correo electrónico a:

[Martha.Rivera@ah.org](mailto:Martha.Rivera@ah.org)

[Haga clic en "Me gusta" en nuestra página de Facebook: –Glendale Adventist Medical Center](#)